

Для цитування: Шапошник Д.О., Луценко О.Л. Самоефективність в системі когнітивних, емоційних та психобіографічних якостей особистості // Соціальна психологія. – 2012. - № 4 (54). – С. 25-35.

УДК: 159.923.95.072

САМОЕФЕКТИВНІСТЬ У СИСТЕМІ КОГНІТИВНИХ, ЕМОЦІЙНИХ ТА ПСИХОБІОГРАФІЧНИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

Шапошник Дар'я Олегівна, аспірант кафедри прикладної психології

Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна

Луценко Олена Львівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри прикладної психології Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна

Анотація

У даній статті проаналізовано концепт самоефективності в системі когнітивних, емоційних та психобіографічних якостей особистості. Висунуто гіпотези щодо зв'язків самоефективності з продуктивним використанням ресурсів мислення та пам'яті, толерантністю до невизначеності, тривожністю, рефлексією власного життєвого шляху. Перевірка гіпотез за допомогою квазіексперименту на студентській вибірці з 95 осіб довела, що самоефективність прямо зв'язана з толерантністю до невизначеності та зворотно – з тривожністю. Самоефективним особистостям властиві позитивна рефлексія власного життєвого шляху, вміння використовувати минулий досвід для вирішення актуальних задач, здатність конструктивно розв'язувати практичні проблеми.

Ключові слова: самоефективність, толерантність до невизначеності, життєві події, пам'ять, продуктивне мислення, тривожність.

Abstract

In this article it were analyzed the concept of self-efficacy in the system of cognitive, emotional and psychobiographical personality traits. It were put forward hypotheses about the relationships of self-efficacy to a resource-efficient thinking and memory, tolerance to uncertainty, anxiety, self-reflection of life. Testing hypotheses was showed on student sample of 95 patients to using an experiment that self-

efficacy is directly linked with tolerance to uncertainty and back - with anxiety. Self-efficacy individuals were carriers of positive reflection own life, the ability to use past experience to solve current problems, the ability to constructively solve practical problems.

Keywords: self-efficacy, tolerance to uncertainty, life events, memory, productive thinking, anxiety.

Аннотация

В данной статье проанализирован концепт самооффективности в системе когнитивных, эмоциональных и психобиографических качеств личности. Выдвинута гипотезы относительно связей самооффективности с продуктивным использованием ресурсов мышления и памяти, толерантность к неопределенности, тревожностью, рефлексией собственного жизненного пути. Проверка гипотез с помощью квазиэксперимента на студенческой выборке из 95 человек показала, что самооффективность напрямую связана с толерантностью к неопределенности и обратно - с тревожностью. Самооффективным личностям присущи положительная рефлексия собственного жизненного пути, умение использовать прошлый опыт для решения актуальных задач, способность конструктивно решать практические проблемы.

Ключевые слова: самооффективность, толерантность к неопределенности, жизненные события, память, продуктивное мышление, тревожность.

Сучасний світ знаходиться під впливом глобальних соціальних змін, жорсткої ринкової конкуренції, тому увагу вчених привертає проблема ефективного функціонування людини у суспільстві, точніше, самоефективної поведінки особистості. Вчені сьогодні сходяться на думці, що успішність у тій чи іншій сфері діяльності пов'язана з такими мотиваційними і когнітивними особистісними факторами, як оцінка власних здібностей, можливостей, переважні стратегії подолання труднощів та ін. А. Бандура вказував на те, що у формуванні самоефективності значущу роль відіграють активний і пасивний

досвід особистості, аналізуючи який, вона має можливість досягати намічених цілей у ситуації зіткнення з труднощами [12, с. 122].

Мета статті: виявити особливості самоефективності студентської молоді та проаналізувати взаємозв'язки самоефективності з емоційними, когнітивними, та психобіографічними якостями.

В основу дослідження були покладені наступні гіпотези: 1. Чим вища самоефективність досліджуваних, тим більш вони толерантні до невизначеності, яка є невід'ємною характеристикою змінюваного світу. 2. Студенти з високою самоефективністю здатні використовувати досвід пам'яті для розв'язання актуальних завдань. 3. Мислення самоефективних особистостей характеризується продуктивністю, яке полягає в створенні альтернативних способів вирішення проблемної ситуації (прогнозування), обґрунтуванні прийнятого рішення та ліквідації проблеми без негативних наслідків (планування) 4. Самоефективні індивіди орієнтовані на віддалене планування власного життя, вони більш позитивно ставляться до минулого та майбутнього, що очікується, а також описують більше значущих подій, ніж індивіди з низьким рівнем самоефективності. 5. Самоефективність категорично не виключає наявності тривожності особистості. Інші психічні процеси можуть компенсувати подібний стан, трансформуючи тривожність або блокуючи її на деякий час. Негативний вплив тривожності на успішність діяльності опосередковано іншими мотиваційними змінними - когнітивними, фрустраційними реакціями тощо.

Для перевірки гіпотез та досягнення мети були сформульовані наступні завдання: 1) описати особливості загальної та соціальної самоефективності у дівчат та юнаків; 2) проаналізувати взаємозв'язок самоефективності з інтолерантністю до невизначеності; 3) виявити зв'язки самоефективності з ситуативною та особистісною тривожністю; 4) проаналізувати взаємозв'язок самоефективності з вмінням скористатися минулим досвідом в якості підказки; 5) визначити зв'язки самоефективності з продуктивним мисленням; 6)

проаналізувати зв'язки самоефективності з характеристиками психологічної автобіографії.

Дослідження самоефективності актуально у зв'язку з важливими прикладними завданнями, що стоять перед психологією: організація психологічного супроводу освітнього процесу, розробка та впровадження в практику програм психологічної допомоги в саморозвитку, адаптації до важких умов, успішної самореалізації суб'єкта в житті тощо.

Аналіз робіт вітчизняних і зарубіжних психологів показав, що, незважаючи на велику роль самоефективності в житті людини, концепція, яка розкриває це явище, не може бути поки визнана розробленою в повній мірі [1-12].

На нашу думку, потребують подолання дві труднощі на шляху дослідження конструкту самоефективності особистості: 1) дослідження самоефективності лише особистісними опитувальниками не здатні в повній мірі ідентифікувати дану змінну, адже самоефективність виявляє себе у конкретній проблемній ситуації, яка потребує від суб'єкта вирішення; 2) потрібне відокремлення самоефективності від особливо залежних від настроїв, ілюзій, захисних механізмів психологічних змінних як самооцінка, впевненість у собі, самопрезентація та ін. Саме тому ми ввели у програму дослідження низку практичних завдань з чіткими критеріями оцінювання та ідеографічну методику аналізу життєвого шляху. Ми розуміємо самоефективність як особистісну інтегральну рису, можливу за наявності особливих характеристик трьох змінних: пам'яті, мислення та емоційної саморегуляції. Це розвиває теорію А. Бандури, у якій самоефективність є похідною від трьох взаємопов'язаних головних джерел – поведінки, впливу оточення і особистісних факторів (віри, очікувань, самосприйняття, пізнання, прогнозування майбутнього, здатності до соціального навчання тощо).

Спираючись на визначення засновника соціально - когнітивної теорії (теорії соціального навчання) Альберта Бандури, що «самоефективність – це усвідомлена здатність людини протистояти складним ситуаціям та впливати на

ефективність діяльності і функціонування особистості в цілому» [цит. по 9, с. 500], наше дослідження ґрунтується на базі соціально – когнітивного підходу А. Бандури та суб'єктного підходу С.Д. Максименка. За нашим визначенням, концепт самоефективності – це орієнтація на досягнення оптимального результату (досягнення мети з найменшими витратами) через подолання труднощів, перш за все, в особистісно значущій ситуації. При незначущій, але необхідній для вирішення ситуації, самоефективність проявляється саме в умінні «не втягуватися», не витратити свої ресурси, дати найменший з можливого результату.

С. Л. Рубінштейн зазначав, що розвиток особистості супроводжує самовизначення, механізм вищої міри усвідомленості. У свою чергу, «особистісне самовизначення розглядається через самодетермінованість поведінкової активності, становлення самоактуалізації та самореалізації особистості» [цит. по 10, с. 70-75].

Вибір студентської молоді в якості вибірки дослідження обумовлений тим, що це дуже важлива частина соціуму, яка отримує нові знання, цікавиться соціально – економічним та культурним життям держави та через декілька років прийматиме важливі рішення у власній сім'ї, на підприємстві, у суспільстві. Рушійною силою розвитку, за Ш. Бюлер, є природне прагнення людини до самоздійснення. Самоздійснення тлумачиться як результат і як процес, що для кожного віку має свої особливості [5, с. 164]. Ш. Бюлер відносить цей віковий період до періоду спроб. Людина пробує себе в різних видах діяльності, заводить знайомства із представниками протилежної статі, шукає супутника життя. Проходження цього етапу залежить від вибору життєвих цілей та функціонування мотивації самовизначення.

Методологія дослідження. Вибірку склали 95 студентів 3-го курсу (23 юнака та 72 дівчини, $M_{\text{віку}}=20$ років) різних факультетів ХНУ ім. В.Н. Каразіна. Методики дослідження: 1. Методика вивчення самоефективності Дж. Маддукса і М. Шеєра з субшкалами загальної та соціальної самоефективності [6, с. 268]. 2. Методика визначення толерантності до невизначеності С. Баднер з

субшкалами новизни, складності та нерозв'язності [8, с. 94]. 3. Методика визначення ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна [7]. 4. Розроблена нами пізнавальна задача № 1 (легка задача, що має конкретне математичне рішення та кількісну відповідь). 5. Метод психологічного автопортрету П. Ржичана [1]. Для обробки методу використовувались показники: загальна кількість описаних значущих подій життя, кількість значущих подій минулого та майбутнього, що очікується, загальна задоволеність періодами минулого та майбутнього за 100% шкалою, загальна кількість позитивних, негативних та нейтральних подій. 6. Пізнавальна задача № 2 (більш складна задача, подібна за рішенням до задачі №1) [11, с. 339]. 7. Розроблені нами дві практичні задачі, де необхідно знайти й описати розв'язання проблемної ситуації, орієнтуючись на власний досвід, знання та інтуїцію.

Смисл пізнавальних та практичних задач полягав в наступному. Виходячи з припущення, що самоефективна особистість керується у власних діях досвідом минулих життєвих результатів, досліджуваним пред'являлись дві задачі з інтервалом у часі. Вони містили подібні стратегії рішення (перша задача – нескладна, друга – може потребувати більшого часу для її вирішення, якщо досліджуваний проігнорує вже запропоновану тактику розв'язання на прикладі 1-ї задачі). Як запропонував Марвін Левін, провідний експерт з розв'язання завдань, один із способів їх вирішення - «кидатися в крайнощі» [цит. по 3, с. 339]. Згідно цієї стратегії побудовані дві задачки. Задача 1: «Уявіть собі, що ви опинилися на тренувальному занятті двох гімнасток. Вони виконують парні вправи, з двох сторін тримають одну скакалку, розтягнувши її на максимальну довжину (1,5 м). Зріст дівчаток 1,80 м. Дівчатка підійшли впритул одна до одної. Яка довжина скакалки від верхньої точки скакалки до підлоги?». Задача 2: «Стоять два флагштоки, кожен 100 футів висотою. Від вершини одного з флагштоків до вершини іншого натягнута 150-футова мотузка, яка вільно звисає між ними. Найнижча точка мотузки на 25 футів вище

підстави. Як далеко один від одного знаходяться флагштоки? Яким чином ви розв'яжете це завдання? Що сприяло вашому рішення?» [4].

Дві інші – більш практичні задачі, були розроблені з метою перевірити, наскільки людина здатна конструктивно вирішити проблему, та об'єктивно оцінити власну ефективність. Для перевірки критичності в оцінюванні самоефективності досліджуваним пропонувалося поставити собі оцінку за 100% шкалою. Для перевірки об'єктивності якості таких рішень нами використовувались критерії оцінки ефективності рішень з доробку когнітивної психології [4, 11]. Зокрема рахувалась присутність в рішенні досліджуваного: а) ліквідації проблемної ситуації (елемент планування) (33%); б) обґрунтування рішення (ознака усвідомленості) (33%); в) альтернативного варіанту рішення (чинник прогнозування) (33%), що теж в суми складає 100%. Потім обчислювалась різниця між суб'єктивною та об'єктивною оцінками (чим менша різниця, тим більш високий показник критичності мислення). Задачі: 1. «Ви орендуєте приміщення. Підходить строк оплати оренди. У вас справи йдуть не дуже добре, не вистачає грошей навіть заплатити орендодавцю. Яке рішення ви приймете? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення або дії виявляться успішними? Поясніть відповідь. 2. «Ви студент. Пишете дипломну роботу. Через два дні її потрібно здавати. Помилково ви видаляєте на ПК папку з даними, над якими ви працювали три місяці. Як будете виходити зі скрутної ситуації? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення чи дії виявляться успішними?».

Для кількісного аналізу результатів використовувалися кореляційний аналіз Спірмена та критерій розбіжності середніх Манна-Уїтні. Обробку даних здійснено за допомогою програми SPSS 11.0.

Обговорення результатів дослідження. Показники загальної самоефективності знаходяться у студентської молоді в межах середньої норми ($M_{\text{дівчата}}=34$, $M_{\text{юнаки}}=36$). Показники соціальної самоефективності у юнаків та дівчат є відмінними: $M_{\text{дівчата}}=8$, $M_{\text{юнаки}}=4$ ($U=402$, $p<0,01$). Таким чином, дівчата, у цьому віці, є більш соціально компетентними, ніж юнаки, та, вірогідно,

відчувають себе впевненіше в ситуації налагодження соціальних контактів, що відповідає базовим психологічним розбіжностям чоловіків та жінок, згідно яким жінки більш соціально сміливі та відкриті [4, с. 229].

За допомогою норм до тесту визначені відсотки студентів з високою, середньою та низькою самоефективністю. Найбільший відсоток студентів мають середню загальну самоефективність – 62%. Третина студентів має середню соціальну самоефективність – 27%. Також приблизно третині студентів властива висока загальна та соціальна самоефективність: 29% та 27% відповідно. Низьку загальну самоефективність має найменша доля досліджуваних – 9%, але низьку соціальну самоефективність має майже половина студентів – 45%. Розподіл нагадує нормальний. Домінування частки студентів з середньою загальною самоефективністю та високий відсоток осіб з низькою соціальною самоефективністю пояснюється віком досліджуваних, адже для формування загальної та соціальної самоефективності потрібен певний досвід як вирішення практичних проблем так і вміння користуватися соціальними ресурсами. Вірогідно, значна частина студентів 3-го курсу (середина навчання) зосереджені на тому, щоб якнайкраще опанувати предмет професії, перевірити власні можливості та здібності. Їх досвід вирішення практичних проблем обмежений ситуаціями навчання, а соціальний капітал – друзями дитинства та юнацтва, і батьківською родиною.

Завдяки аналізу інтолерантності до невизначеності та її взаємозв'язків із загальною та соціальною самоефективністю було виявлено наступне. Показники інтолерантності до невизначеності загалом є середніми у юнаків і у дівчат ($M_{\text{дівчата}}=58$, $M_{\text{юнаки}}=62$), також як і за її трьома субшкалами: новизни ($M_{\text{дівчата}}=13$, $M_{\text{юнаки}}=15$), складності ($M_{\text{дівчата}}=31$, $M_{\text{юнаки}}=34$) та нерозв'язності ($M_{\text{дівчата}}=39$, $M_{\text{юнаки}}=38$). Ці розбіжності не є значущими.

Загалом по вибірці виявлені негативні кореляційні зв'язки між загальною самоефективністю та показником інтолерантності до невизначеності ($r=-0,309$, $p<0,01$) і шкалою складності ($r=-0,333$, $p<0,01$).

У групі юнаків виявили негативний кореляційний зв'язок між загальною самоефективністю та показником за шкалою нерозв'язності ($r=-0,569$, $p<0,01$), що свідчить про здатність самоефективних юнаків приймати рішення у критичних ситуаціях, з дефіцитом інформації.

Завдяки аналізу соціальної самоефективності з інтолерантністю по всій вибірці спостерігаємо значущі зв'язки між соціальною самоефективністю та загальним показником інтолерантності до невизначеності ($r=-0,307$, $p<0,01$), а також зі шкалою інтолерантності до новизни ($r=-0,272$, $p<0,01$). Остання кореляція особливо властива для дівчат, в групі яких цей зв'язок ще вищий ($r=-0,430$, $p<0,01$).

Таким чином, і у юнаків, і у дівчат спостерігається тенденція відкритості до нової інформації, нових знайомств, здатність не ухилятися від складних невизначених ситуацій, а знаходити засоби їх вирішення. Зазначимо, що студенти з високою загальною самоефективністю не намагаються спрощувати ситуації, а вирішують їх, враховуючи різноманітність проблем. Ця якість дозволяє людині адекватно оцінити рівень складності проблеми та прийняти оптимальне рішення. Так, студенти з високою соціальною самоефективністю відрізняються сміливістю у власних вчинках, відкритістю до переживання нового досвіду та відповідальністю за свої дії. Це підтверджує гіпотезу про прямий зв'язок самоефективності та толерантності до невизначеності.

Аналіз рівня тривоги та тривожності дозволив з'ясувати, що як у юнаків, так і у дівчат показники ситуативної тривожності знаходяться у межах норми: $M_{\text{дівчата}}=39$, $M_{\text{юнаки}}=37$, а показники особистісної тривожності – близькі до високих, які починаються з 46 балів: $M_{\text{дівчата}}=49$, $M_{\text{юнаки}}=45$ ($U=426,5$, $p<0,01$). Спостерігаються негативні кореляційні зв'язки між загальною самоефективністю та особистісною тривожністю: ($r=-0,366$, $p<0,01$).

Також виявлені зворотні зв'язки соціальної самоефективності як з особистісною ($r=-0,355$, $p<0,01$) так і з ситуативною тривожністю ($r=-0,256$, $p<0,05$).

Тобто наша гіпотеза щодо відсутності чіткого зв'язку між самоефективністю та тривожністю не підтвердилася. Пограничні між помірними та високими показники особистісної тривожності у студентів, скоріше за все, зумовлені факторами віку (періодом спроб та помилок, перевіркою власних можливостей, максималізмом та амбіційністю) та високими вимогами сучасного світу.

Завдяки аналізу взаємозв'язків самоефективності зі здатністю використовувати ресурс пам'яті, зокрема, знаходити підказки у минулому досвіді, виявлено позитивний кореляційний зв'язок між правильним рішенням складної пізнавальної задачі (яка розв'язується за допомогою згадування більш простої) та загальною самоефективністю ($r=0,468$, $p<0,01$). Це підтверджує нашу гіпотезу про те, що самоефективність потребує від особистості вміння використовувати досвід минулого для вирішення актуальних завдань, легко знаходити корисні зв'язки між минулим та теперішнім.

Аналіз взаємозв'язків самоефективності з можливістю вирішення практичних проблем теж підтвердив нашу гіпотезу щодо необхідності утягнення когнітивних ресурсів психіки для високого розвитку самоефективності: по всій вибірці виявлені позитивні кореляції між загальною самоефективністю та об'єктивною ($r_1=0,417$ $p<0,01$; $r_2=0,304$, $p<0,01$) і суб'єктивною ($r_1=0,245$, $p<0,05$; $r_2=0,242$, $p<0,05$) оцінками конструктивності розв'язання практичних задач №1 та №2 відповідно. Тобто, чим вища загальна самоефективність, тим вищими є як об'єктивний показник розв'язання задач, так і суб'єктивний.

У групі дівчат виявлено позитивний кореляційний зв'язок між соціальною самоефективністю та суб'єктивною оцінкою розв'язання задачі №1 ($r=0,315$, $p<0,01$). Вірогідно, у групі студенток соціальна самоефективність пов'язана з самооцінкою та високою оцінкою власних дій, навіть, якщо вони не є об'єктивно ефективними.

Цікавий результат щодо розриву між суб'єктивною та об'єктивною оцінкою ефективності рішення практичної задачі №1 отримано у групі юнаків:

з величиною розриву прямо корелює показник загальної самоефективності ($r=0,424$, $p<0,01$). Це можна пояснити подвійною нереалістичною оцінкою власної самоефективності як під час виконання опитувальника самоефективності Маддукса-Шеєра, так і під час оцінки ефективності власного способу вирішення практичної задачі №1 студентами-чоловіками. Тобто це така ілюзорна самоефективність, яка існує поки людина недостатньо самостійно вирішує життєві проблеми. Подібний феномен нереалістичного оптимізму описаний у Д. Майерса як характерний саме для студентського віку [4, с. 83]. Наявність цього зв'язку лише в групі юнаків пояснюється значущістю високої оцінки власної ефективності для представників чоловічої статі, яким, за традиційною гендерною роллю, потрібно бути незалежними та успішними [4, с. 229].

Психобіографічні методи надають можливість зв'язати виразність тих або інших особистісних рис з унікальністю життєвого шляху кожної людини та індивідуальними способами психологічної переробки життєвих подій. Аналіз середніх значень та значущих відмінностей щодо показників психологічної біографії у групах студентів з високою, середньою та низькою загальною самоефективністю дозволив виявити значущу різницю у задоволеності власним минулим та майбутнім, що очікується. У групі досліджуваних з високою загальною самоефективністю задоволеність як минулим, так і майбутнім вища ($M_{\text{мин}} = 72\%$, $M_{\text{майб}} = 90\%$) у порівнянні з досліджуваними з низькою самоефективністю ($M_{\text{мин}} = 66\%$, $M_{\text{майб}} = 74\%$) на рівні достовірності $p<0,05$.

Асоційованість загальної самоефективності з позитивними очікуваннями на майбутнє підтверджена і результатами кореляційного аналізу: спостерігається позитивний кореляційний зв'язок між загальною самоефективністю та задоволеністю майбутнім ($r=0,393$, $p<0,05$).

Кореляційний аналіз зв'язків самоефективності з кількісними характеристиками подій життєвого шляху особистості дозволив виявити зворотні кореляції між рівнем загальної самоефективності та загальною кількістю описаних негативних подій ($r=-0,395$, $p<0,01$), між загальною

самоефективністю та загальною кількістю описаних нейтральних подій ($r=-0,771$, $p<0,01$), між загальною самоефективністю та кількістю подій майбутнього ($r=-0,215$, $p<0,05$).

Тобто загальна самоефективність зворотно пропорційна ступеню рефлексії негативних та нейтральних подій – самоефективні особистості не запам'ятовують та не вважають негативні і нейтральні події значущими, можна сказати, не «зациклюються» на них. З іншого боку зворотна кореляція між загальною самоефективністю та кількістю описаних подій майбутнього говорить про те, що самоефективним особистостям не властиво дуже ретельно замислюватися над тим, що їх очікує в майбутньому. Можливо вони не відчують щодо майбутнього ніякого занепокоєння, тому не намагаються підготуватися до нього, задіяти антиципаційні здібності та функцію планування.

Взаємозв'язків соціальної самоефективності з характеристиками життєвого шляху не виявлено.

Таким чином, саме загальна самоефективність базується на певних характеристиках рефлексії власного життєвого шляху, а соціальна самоефективність залежить від інших психологічних змінних, що не відносяться до психобіографічних, зокрема, від толерантності до невизначеності, тривожності, суб'єктивної оцінки власної успішності у розв'язанні проблем (у дівчат).

Наша гіпотеза щодо зв'язку самоефективності та особливостей психологічної автобіографії підтвердилась лише частково – самоефективним індивідам дійсно властива більш позитивна оцінка життєвого шляху, але для них, навпаки, не характерно згадування більшої кількості подій та більш диференційоване прогнозування майбутнього.

Такі результати можна віднести до соціально-вікових особливостей цієї групи: 1) для більшості з них поки ще навчання у ВНЗ є чи не найголовнішою подією життя, що символізує самостійність, часткову автономію від батьківської сім'ї, де всі інші події концентруються навколо неї; 2) хоча для певної частини студентів навчання у ВНЗ дійсно супроводжується отриманням

незалежності та права приймати самостійні рішення (планувати життєвий шлях), для більшості з них це просто певне продовження шкільного навчання та фінансова і психологічна залежність від родичів (тобто події власного життя також плануються й іншими людьми).

Тобто в цьому віці оптимізм дійсно є ресурсом самоефективності, коли згадування лише позитивних епізодів і життя сьогоднішнім без особливо ретельного планування майбутнього робить молоду людину впевненою у власній здатності протистояти труднощам та ефективно діяти в будь-яких ситуаціях.

У перспективі заплановано проаналізувати усі вищезгадані психологічні якості у представників інших вікових груп та порівняти з результатами, отриманими в групі студентської молоді.

Висновки:

1. Студентська молодь здебільшого характеризується середнім рівнем загальної самоефективності. Дівчата мають значуще вищу соціальну самоефективність, тобто вони у цьому віці є більш соціально компетентними, ніж юнаки, та відчують себе впевненіше в ситуації налагодження соціальних контактів.
2. Самоефективність прямо пов'язана з толерантністю до невизначеності. Як у юнаків, так і у дівчат з високою самоефективністю спостерігається тенденція відкритості до нової інформації, нових знайомств, до здатності не ухилятися від складних невизначених ситуацій, а знаходити засоби їх вирішення. Студенти з високою соціальною самоефективністю відрізняються сміливістю у власних вчинках, відкритістю до переживання нового досвіду та відповідальністю за свої дії.
3. Для студентського віку характерна дещо підвищена особистісна тривожність. Самоефективність в цей життєвий період протилежним чином відноситься до тривожності. Чим вище особистісна тривожність, тим нижчу загальну самоефективність відчують у себе студенти, а ситуативна

тривожність також блокує, крім загальної, ще і соціальну самоефективність.

4. Самоефективність потребує від особистості вміння використовувати досвід минулого для вирішення актуальних завдань, легко знаходити корисні зв'язки між минулим та теперішнім. Це доведено наявністю позитивної кореляції між загальною самоефективністю та правильним рішенням складної пізнавальної задачі з використання рішення попередньої простої задачі в якості підказки. Самоефективні студенти здатні більш ефективно використовувати ресурси пам'яті для вирішення поставлених завдань.
5. Доведена необхідність утягнення когнітивних ресурсів психіки для високого розвитку самоефективності: по всій вибірці виявлені позитивні кореляції між загальною самоефективністю та об'єктивною і суб'єктивною оцінками конструктивності розв'язання практичних задач. Однак у юнаків присутні ознаки ілюзорної самоефективності, що відбивається в розходженні між суб'єктивною оцінкою ефективності розв'язання практичних проблем, так її об'єктивною оцінкою, яка базується на критеріях конструктивного мислення.
6. В студентському віці оптимізм є ресурсом самоефективності. Висока задоволеність подіями життєвого шляху, згадування здебільшого позитивних подій минулого, життя сьогоднішнім без особливо ретельного планування майбутнього робить молоду людину впевненою у власній здатності протистояти труднощам та ефективно діяти у різних ситуаціях.

Література:

1. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук - СПб.: ПитерКом, 1999.
2. Луценко О. Л. Особливості самоефективності у людей пізньої зрілості у контексті тренінгового заняття / О. Л. Луценко, Д. О. Шапошник // Вісник Харк. нац. ун-ту імені В.Н.Каразіна. - Серія: Психологія. – 2012. - № 1009. – С. 89-92.

3. Луценко О. Л. Зв'язок головних життєвих рішень особистості зі світоглядом, спогадами про історичні події та прогнозуванням майбутнього у людей різного віку / О. Л. Луценко, Д. О. Шапошник // Вісник Харк. нац. ун-ту імені В.Н.Каразіна. - Серія: Психологія. – 2010. - № 902. – С. 170 – 174.
4. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. – СПб.: Питер Ком, 1998. – 688 с.
5. Максименко С. Д. Психологія особистості / Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М.В. – К.:ТОВ «КММ», 2007. – 296 с.
6. Могилевкин Е. А. Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг / Е. А. Могилевкин. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
7. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: [под. ред. Д. Я. Райгородского]. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2002.
8. Психодиагностика толерантности личности: [под ред. Г. У.Солдатовой, Л. А. Шайгеровой]. – М.: Смысл, 2008. – 172 с.
9. Саугстад П. История психологии. От истоков до наших дней / П. Саугстад. - Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2008. – 544 с.
10. Леонтьев Д. А. Современная психология мотивации / Д. А. Леонтьев. — М.: Смысл, 2002. — 343 с.
11. Солсо Р. Когнитивная психология / Р. Солсо — [6-е изд.] — СПб.: Питер, 2006. — 589 с.
12. Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency / A. Bandura // American Psychologist. - 1982. - № 37. - p. 122–147.